



La viande comme vous l'aimez !

RECETTES & ASTUCES **BARBECUE**





La viande comme vous l'aimez !



UN SAVOIR
FAIRE
BOUCHER DEPUIS 1953



+ DE **5 700**
COLLABORATEURS

+ DE **5 800**
ÉLEVEURS
PARTENAIRES



13 UNITÉS DE

PRODUCTION
EN FRANCE



+ DE **260**
PRODUITS

SOCOPA VENDUS AU SEIN DE
LA GRANDE DISTRIBUTION



70 ans



de passion pour la viande



Créée en 1953 par deux éleveurs, Socopa est avant tout une histoire de femmes et d'hommes, issus du monde agricole et du noble métier de la boucherie, réunis par une même passion pour la viande.



NOS SITES AU CŒUR
DES BASSINS D'ÉLEVAGE

Grâce à notre savoir-faire, nous vous proposons des viandes de qualité et des conseils pour réaliser de bons petits plats au quotidien.

NOTRE SPÉCIALITÉ : LES PRODUITS D'ÉTÉ !

Brochettes, saucisses, grillades...
avec Socopa, il y en a pour tous les goûts !!

**De quoi passer un moment convivial
et gourmand autour d'une bonne viande
au barbecue ou à la plancha !**



LES BROCHETTES

Quand les beaux jours arrivent, rien de tel qu'une bonne brochette pour ouvrir la saison des barbecues et des planchas !



Plein Grill

Juste envie de brochettes classiques mais avec la garantie de vous faire plaisir avec une viande tendre et savoureuse ?

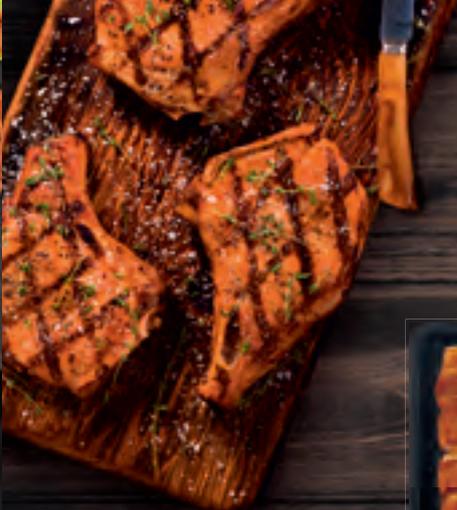
Choisissez **Extra tendre** : des brochettes au bœuf, au porc, nature ou assaisonnées... vous trouverez forcément celle qui vous plaît !

Envie d'originalité et de faire plaisir aux petits comme aux grands ?

Découvrez **Plein Grill** : nos brochettes de haché, garanties moelleuses et savoureuses, à la forme ludique et originale !

*Extra
Tendre*



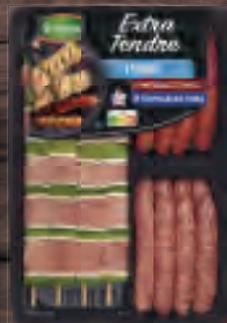


LES GRILLADES

De **bœuf** ou de **porc**, nature ou assaisonnées, les grillades ont toujours du succès auprès des amateurs de viande !



Et si vous aimez la diversité, retrouvez **les incontournables de Socopa** au sein de plateaux gourmands ! À partager en famille ou entre amis !



LES SAUCISSES INCONTOURNABLES DES BARBECUES !

Façon Charcutière

Des saucisses de qualité supérieure, fabriquées selon le savoir-faire charcutier.

- Des saucisses **pur porc français**, avec un gros grain de viande pour plus de texture et de moelleux.
- Des merguez bœuf-mouton **riches en viande**.



-CAP- Saveurs®

ENVIE D'ÉVASION ?

Avec Cap Saveurs, voyagez
au travers de recettes
gourmandes et ensoleillées.



De véritables **merguez**
bœuf-mouton, pour les
amateurs de **sensations fortes** !



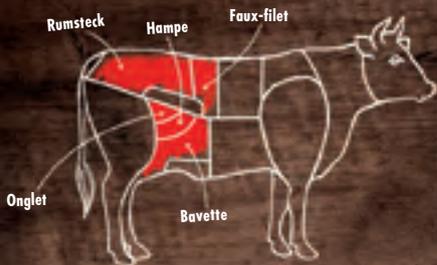
Des saucisses tout en finesse
et des saveurs équilibrées !

Un format unique plus rapide à
cuire : pratique et convivial !



LES MARINÉS

TOUT LE PLAISIR D'UNE VIANDE TENDRE ET SAVOUREUSE



L'ABSOLU

Des pièces de viande **rigoureusement sélectionnées**, prêtes à poêler en quelques minutes et tendrement marinées, de quoi profiter chez soi du plaisir Absolu de la viande.



LES HACHÉS

LE CHEF, C'EST VOUS !

BURGER *du* **CHEF**

Envie d'un bon burger ? Faites griller au barbecue ou à la plancha **notre Burger du Chef : un haché rond, épais avec un hachage traditionnel.**





VARIEZ LES PLAISIRS
AVEC NOS PRODUITS D'ÉTÉ

RETROUVEZ NOS PRODUITS,
DES BONS DE RÉDUCTIONS

des astuces et des centaines de
recettes sur
socopa.fr



DÉCOUVREZ LA PLAYLIST

BBQ'FEST



ET SUIVEZ-NOUS SUR NOS RÉSEAUX



@socopalesmordusdelaviande

ASTUCES BARBECUE

pour griller comme vous aimez !



DITES AU REVOIR AUX ADHÉRENCES GRÂCE À UN OIGNON !

Frottez-le sur la grille du barbecue encore chaude pour retrouver votre grille propre et brillante !

UTILISEZ DU GROS SEL POUR STOPPER LES FLAMMES TROP IMPORTANTES

Fonctionne lors de la cuisson des aliments au barbecue à charbon de bois lorsque les graisses tombent sur les braises.



METTEZ DES HERBES DE PROVENCE DANS LES BRAISES

Pour parfumer la viande, disposez quelques herbes aromatiques directement dans les braises.

ÉVITEZ DE PIQUER LA VIANDE AVEC UNE FOURCHETTE

Sortez plutôt une pince pour retourner vos saucisses et vos grillades ! Votre viande gardera ainsi son jus et restera moelleuse et goûteuse.



C'EST L'HEURE

DE L'APÉROOOO !



ENVIE DE CHANGER DES CLASSIQUES CHIPS/CACAHUÈTES ?
RAPIDES, EFFICACES ET GOURMANDES, CES RECETTES VONT TWISTER VOS APÉROS !



MERGUEZ FORTES CAP SAVEURS EN TARTINE GOURMANDE



6 merguez fortes Cap Saveurs · 2 c. à s. de raisins secs · 100 g de jeunes pousses d'épinard · 8 à 10 tomates cerises · 6 tranches de pain de seigle · 125 g de bûche de chèvre · 1 c. à s. de moutarde · 1 c. à s. de vinaigre de Xérès · 1 c. à s. d'huile de noisette · sel et poivre



1. Préchauffez le barbecue ou la plancha et faites tremper les raisins secs dans un verre d'eau tiède.
2. Égouttez et séchez les épinards sur du papier absorbant, tranchez les tomates cerises.
3. Faites dorer les merguez environ 6 minutes au barbecue ou à la plancha, puis laissez refroidir.
4. Faites griller le pain environ 30 secondes sur le barbecue ou la plancha.
5. Préparez la vinaigrette en déposant la moutarde, le vinaigre, l'huile de noisette, et assaisonnez.
6. Tranchez les merguez refroidies en petits tronçons et le chèvre en rondelles.
7. Disposez l'ensemble des préparations sur une tartine.



NACHOS AUX PAVÉS DE RUMSTECK ABSOLU

GUACAMOLE & CHEDDAR



2 pavés de rumsteck nature ou marinés aux 3 poivres l'Absolu Socopa
• 250 g de tortillas • 200 g de cheddar • 1 avocat • 2 tomates • 1 oignon rouge • 1 citron jaune • piment d'Espelette • huile d'olive • 3 c.à s. de skyr ou fromage blanc • 1 piment vert • sel et poivre



1. Lavez et coupez les tomates en dés. Emincez l'oignon et assaisonnez. Ajoutez 1 cuillère à soupe d'huile d'olive et mélangez. Réservez.
2. Récupérez la chair de l'avocat. Écrasez-la à l'aide d'une fourchette et assaisonnez-la. Mélangez et réservez.
3. Mélangez le produit laitier avec le jus d'un demi-citron, assaisonnez. Réservez.
4. Disposez les tortillas sur une plancha, ajoutez le cheddar par-dessus et attendez 5 minutes, le temps que le fromage fonde.
5. Pendant ce temps, cuisez les pavés de rumsteck selon la cuisson désirée au barbecue ou à la plancha. Coupez la viande en fines tranches.
6. Disposez l'ensemble des préparations dans un grand plat.



Recette de @Chezmisa



Recette de @Chezmisa

BROCHETTES PLEIN GRILL

ET TARTINES GOURMANDES



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
25 MIN



CUISSON :
20 MIN

4 brochettes Plein Grill à la provençale • 4 belles tranches de pain complet • 8 asperges vertes • 3 gousses d'ail • 1 sachet de billes de mozzarella • de la roquette • de l'huile d'olive • une barquette de tomates cerises • sel et poivre • fleur de sel

1. Cuisez les asperges vertes à la vapeur. Réservez. Coupez les tomates en deux. Émincez l'ail. Dans une poêle, chauffez un filet d'huile d'olive et cuire l'ail et les tomates pendant 5 minutes. Salez et poivrez. Réservez.
2. Préchauffez le four « position grill » à 200 degrés. Coupez 4 belles tranches de pain complet (2 cm d'épaisseur)
3. Versez un filet d'huile d'olive par-dessus, déposez deux asperges et des tomates confites sur chaque tranche.
4. Coupez les billes de mozzarella en deux et les ajouter sur les tartines. Enfourez 6 à 8 minutes. La mozzarella doit être fondue.
5. Pendant ce temps, cuisez les brochettes Plein Grill au barbecue. Assaisonnez de fleur de sel.
6. Dressez dans un plat unique, les tartines de tomates confites en y ajoutant quelques feuilles de roquette et les brochettes. Bon appétit !



Recette de @Paprikasblog

CÔTES DE PORC

À LA PROVENÇALE ET GAULETTES
DE COURGETTES À LA PLANCHA



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
20 MIN



CUISSON :
10 MIN

4 côtes de porc à la provençale Socopa • 2 grosses courgettes •
2 œufs • 80g de farine • 1 gousse d'ail • 2 c. à c. de thym séché •
1 c. à s. de persil haché • 2 c. à s. d'huile d'olive • sel et poivre

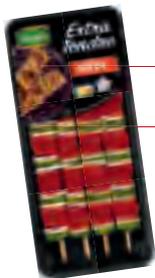
1. Lavez et râpez les courgettes. Mettez-les dans une passoire et saupoudrez-les légèrement de sel afin qu'elles dégorgent. Laissez de côté pendant 30 minutes.
2. Après la pause, pressez les courgettes râpées avec le poing de votre main afin d'enlever tout le liquide qui reste.
3. Mettez les courgettes râpées dans un saladier. Ajoutez la farine, les œufs, le thym, le persil, l'ail haché, le sel et le poivre puis mélangez.
4. Faites chauffer la plancha puis badigeonnez-la d'huile d'olive.
5. A l'aide d'une cuillère à soupe, déposez des petits tas de courgettes râpées sur la plancha.
6. Laissez dorer les galettes des deux côtés puis laissez-les de côté. Faites cuire les côtes de porc à la provençale à la plancha des deux côtés pendant 10 minutes et servez-les avec les galettes de courgettes.



Recette de [@Paprikasblog](#)

BROCHETTES EXTRA TENDRE MARINÉES

SALADE DE TAGLIATELLES



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
30 MIN



CUISSON :
10 MIN

8 brochettes de bœuf Extra Tendre nature • huile d'olive • 1 c. à c. de cumin • 2 aubergines • 4 carottes • 2 courgettes • Le jus d'un citron • 1 c. à c. d'herbes de Provence • 4 pommes de terre • 20 cl de crème fraîche épaisse • 1 c. à s. de ciboulette ciselée • 1 c. à c. de paprika • 1 c. à s. de persil haché • Sel et poivre

1. Les brochettes : dans un plat, mélangez l'huile d'olive, le cumin en poudre, le paprika, le persil haché, le sel et le poivre. Déposez les brochettes dans cette marinade et laissez au réfrigérateur pendant au moins 10 minutes.
2. La salade : dans un bol, mélangez le jus de citron, l'huile d'olive, les herbes de Provence, le sel et le poivre. Lavez les aubergines et coupez-les en tagliatelles. Faites-les revenir dans une poêle avec un filet d'huile d'olive pendant 6 minutes. Épluchez les carottes, nettoyez les courgettes et coupez-les sur toute la longueur. Dans un saladier, mélangez le tout et assaisonnez.
3. Dès que les pommes de terre sont cuites, mettez les brochettes de bœuf marinées au barbecue et faites-les griller.
4. Servez les brochettes avec la salade de tagliatelles de légumes et la pomme de terre cuite garnie avec sa sauce à la crème et à la ciboulette.

L'incontournable pomme de terre au barbecue



Nettoyez-les et séchez-les. Enveloppez-les dans un carré de papier aluminium puis mettez-les à cuire dans les braises du barbecue pendant 1h. Dans un bol, mélangez la crème fraîche épaisse, la ciboulette ciselée, le sel et le poivre. Laissez de côté.



Recette de @Paprikasblog

CHIPOLATAS CARAMÉLISÉES À L'ASIATIQUE

SAUCE SOJA ET MIEL



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
15 MIN



CUISSON :
10 MIN

12 chipolatas • 1 c. à s. de poudre de paprika • 1 c. à s. de sucre de canne • 2 c. à s. de miel • 3 c. à s. de sauce soja • 1 c. à s. de sauce aux huîtres • 1 c. à s. de ketchup • 3 c. à s. d'huile de sésame • 1 c. à c. d'ail haché • coriandre ou cébette

1. Dans un bol, mettez le paprika, le sucre de canne, le miel, la sauce soja, la sauce aux huîtres, le ketchup, l'huile de sésame et l'ail haché. Mélangez soigneusement et laissez de côté.
2. Faites cuire les chipolatas au barbecue ou à la plancha.
3. Versez la sauce dans une poêle et chauffez-la. Dès qu'elle commence à faire des bulles, ajoutez les chipolatas et mélangez soigneusement jusqu'à ce qu'elles soient bien enrobées de sauce.
4. Vous pouvez saupoudrer les chipolatas avec des rondelles de cébette ou de la coriandre. Servez chaud avec des crudités, de la salade verte ou des légumes grillés.



Recette de @Paprikasblog

SALADE THAÏ AUX PAVÉS DE RUMSTECK



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
20 MIN



CUISSON :
8 MIN

4 Pavés de Rumsteck aux 3 Poivres l'Absolu Socopa • 8 feuilles de salade verte • 3 carottes • 1/2 concombre • 50 g de vermicelles de riz • 1/2 bouquet de coriandre • 50 g de cacahuètes grillées • 20 g de graines de sésame torrifiées • 1 c. à s. de nuoc-mâm • 2 c. à s. de sauce soja • 1 c. à s. d'huile de sésame • 1 c. à s. de jus de citron vert • 1 c. à c. de gingembre râpé • 1 c. à c. de sucre de canne • 1 gousse d'ail hachée

1. Plongez les vermicelles de riz pendant 5 minutes dans de l'eau bouillante puis rincez-les à l'eau froide.
2. Hachez la coriandre. Lavez et séchez les feuilles de salade puis coupez-les en lamelles. Epluchez les carottes et râpez-les ensuite. Épluchez à moitié le demi-concombre et coupez-le en julienne. Déposez les légumes et les vermicelles de riz dans un saladier.
3. Préparez la sauce : dans un bol, mettez le nuoc-mâm, la sauce soja, l'huile de sésame, le jus de citron, le gingembre, le sucre et la gousse d'ail. Mélangez soigneusement.
4. Versez la sauce dans le saladier avec les légumes puis mélangez. Faites cuire au barbecue ou à la plancha les pavés de rumsteck sur les deux faces en y ajoutant un filet d'huile de sésame. Découpez les pavés en fines tranches.
5. Servez la salade thaï dans des assiettes, ajoutez les tranches de pavé de rumsteck sur les légumes. Saupoudrez l'ensemble de coriandre hachée, de cacahuètes grillées et de sésame.



BROCHETTES PLEIN GRILL

ET WRAP PARTY



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
15 MIN



CUISSON :
10 MIN

8 brochettes au bœuf Plein Grill tex mex (2 par personne) • 8 tortillas • 2 tomates • 1 mini concombre ou 1/2 concombre normal • 1 oignon nouveau • 200 g de riz basmati • du persil frais • 2 piments verts • une dizaine de radis • une dizaine de tomates cerises • 2 citrons • sel et poivre • huile d'olive • Pour la sauce : 100 g de fromage blanc / 2 c. à s. de moutarde mi-forte / 1 gros cornichon

1. Préparation de la sauce : mélangez le fromage blanc, la moutarde et le cornichon coupé en petits morceaux. Filmé et réservez au réfrigérateur.
2. Préparation de l'accompagnement : coupez les tomates et le mini concombre en petits dés. Coupez l'oignon nouveau en fines rondelles. Mélangez le tout dans un bol avec du sel, du poivre et 2 c. à s. d'huile d'olive. Réservez au réfrigérateur.
3. Cuisez le riz basmati selon les instructions du paquet. Réservez.
4. Préparation de la viande : cuisez les brochettes au barbecue ou à la plancha. Commencez la cuisson par le côté bombé de la brochette, et laissez cuire 2-3 minutes par face. Pendant la cuisson, saupoudrez de fleur de sel. Évitez la surcuisson afin de garder une viande tendre.



MERGUEZ SAUCE À LA MENTHE

ET TABOULÉ DE CHOU-FLEUR



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
30 MIN



CUISSON :
10 MIN

12 merguez • 1 petit chou-fleur • 2 tomates • 1/2 concombre • 1/2 botte de persil • 3 c. à s. d'huile d'olive • Le jus d'un citron • 1/2 botte de menthe • 1 à 4 c. à c. de moutarde • 2 c. à s. d'huile d'olive • sel et poivre

1. Le taboulé : épluchez à moitié le concombre et coupez-le en petits dés. Coupez les tomates en petits dés. Hachez le persil. Lavez le chou-fleur et divisez-le en bouquets. Râpez les bouquets afin d'obtenir une semoule de chou-fleur ou bien hachez-les dans un hachoir. Versez le chou-fleur dans un saladier puis ajoutez le jus de citron, l'huile d'olive, les dés de concombre et de tomates, le sel et le poivre. Mélangez bien et réservez au réfrigérateur.
2. La sauce à la menthe : hachez les feuilles de menthe. Dans un bol, mélangez la moutarde, le jus de citron et l'huile d'olive. Ajoutez la menthe hachée, le sel et le poivre. Mélangez soigneusement.
3. Cuisson et dressage : faites griller les merguez au barbecue ou à la plancha. Dressez les assiettes avec le taboulé de chou-fleur. Ajoutez les merguez grillées et versez la sauce à la menthe dessus. Servez aussitôt.



BURGER DU CHEF

ARGENTIN



POUR :
4 PERSONNES

PRÉPARATION :
20 MIN



CUISSON :
15 MIN

4 hachés Burger du Chef • 4 pains à Burger • 12 tranches de bacon
4 tranches de cheddar • 2 tomates • 1 oignon rouge • quelques feuilles
de salade verte • sauce barbecue.

Sauce chimichurri : 1 c. à s. de piment Jalapeño haché fin, 3 c. à s. de persil
plat haché, 1 c. à s. d'origan sec, de l'huile d'olive, 1 c. à s. de vinaigre de vin
rouge, 2 gousses d'ail haché fin, 1 c. à s. de sucre de canne, sel.

1. Mélangez tous les ingrédients de la sauce chimichurri puis réservez. Cuisez les tranches de bacon.
2. Cuisez ensuite les hachés au barbecue 4 à 5 minutes par face. Une minute avant la fin de cuisson, déposez les tranches de fromage sur les hachés pour que le fromage fonde légèrement.
3. Dressez les burgers : sur la base du pain, déposez de la sauce barbecue, de la salade verte, des tranches de tomate, des lamelles d'oignons, le haché avec le fromage, les tranches de bacon puis la sauce chimichurri. Fermez les burgers.
4. Régalez-vous !

Découvrez la



Des conseils et des tutos pour
réaliser de savoureux burgers maison
sur www.socopa.fr ou en flashant
directement ce QR CODE





La viande comme vous l'aimez !



SOCOPA VOUS PROPOSE 10 RECETTES GOURMANDES, DES CADEAUX À GAGNER
AINSI QUE DES BONS DE RÉDUCTION POUR EN PROFITER TOUT L'ÉTÉ !